

 Completa los huecos con la opción correcta

De todos los factores psicosociales posibles, el estrés y el trauma psicológico son los más conocidos. Tanto el trauma agudo o los factores de estrés crónico, como la exposición **(1)** _____ al trauma infantil, aumentan el riesgo de desarrollar depresión y de provocar alteraciones del estado de **(2)** _____, por su impacto sobre el sistema inmunitario y el sistema nervioso central.

El estrés psicosocial puede activar la producción de citoquinas pro-inflamatorias, tales como el factor de necrosis tumoral alfa y la interleucina-1, y disminuir los niveles de citoquinas anti-inflamatorias como la interleucina-10. Esto se ha **(3)** _____ en relación con el estrés agudo o crónico, tanto en animales como en humanos. Las citoquinas pro-inflamatorias causan depresión y ansiedad, lo cual puede explicar por qué los influjos psicosociales y los traumas agudos pueden **(4)** _____ trastornos del estado de ánimo en personas vulnerables, por ejemplo, las que tienen polimorfismos de genes inmunes, bajos niveles de peptidasas o una mayor carga inflamatoria.

La evidencia de los modelos animales ha **(5)** _____ durante mucho tiempo que la exposición temprana a un trauma en la infancia puede aumentar el riesgo de un mal funcionamiento futuro de los sistemas nervioso, inmunológico y endocrino. Estos hallazgos han **(6)** _____ corroborados posteriormente en humanos. Los estudios que exploran la influencia del estrés **(7)** _____ otras enfermedades inflamatorias, tales como el síndrome metabólico y las enfermedades cardiovasculares, han demostrado consistentemente tendencias similares. Todos estos resultados sugieren que el estrés que se produce en edades tempranas puede ejercer efectos **(8)** _____ durante largos períodos de tiempo, provocando un aumento de la susceptibilidad a desarrollar enfermedades somáticas y psiquiátricas, y una potencial baja respuesta a los tratamientos. No obstante, este modelo no explica completamente la vulnerabilidad a **(9)** _____

enfermedades inflamatorias, sino que el empleo en la edad adulta de las respuestas aprendidas de mala adaptación al estrés parece desempeñar un papel fundamental. Por ejemplo, hay pruebas de que la personalidad y la forma **(10)** _____ que una persona responde a los estresores psicosociales, tales como la tensión laboral o el estrés ante un examen, pueden **(11)** _____ a desarrollar procesos inflamatorios.

Comprender y modificar los factores de riesgo relacionados con el estrés y el estilo de vida **(12)** _____ un paso importante en la prevención de las enfermedades inflamatorias, tales como la depresión.

- 1 A temprana B matutina C tempranera
- 2 A ánimo B forma C modo
- 3 A sacado B demostrado C exhibido
- 4 A encadenar B perpetrar C desencadenar
- 5 A gestionado B sugerido C sugestionado
- 6 A sido B existido C estado
- 7 A a B para C en
- 8 A persistentes B insistentes C pertinentes

9 A haber B retener C padecer

10 A de B en C a

11 A provocar B contribuir C permitir

12 A supone B propone C impone